



広報

# とうほく



主な  
内容

新型コロナウイルスワクチン接種について  
広がる子ども食堂

P 2~3 地域の話題

P 6~7 各種募集について



【表紙】オリジナルソング「シジミ貝の歌」を披露する乙供文化保育園の園児たち  
関連記事 P 2 東北ロータリークラブが町内保育園にシジミ貝を寄贈



無料アプリ  
Catalog Pocket  
(カタログポケット)

広報とうほくがアプリで読める！聞ける！





## 熱く楽しくナイスショット

### 東北町高齢者ゲートボール大会

第17回東北町高齢者ゲートボール大会が5月11日、北総合運動公園すぱーく東北で行われ、4チーム約30人が腕を競い、乙児が優勝しました。選手はナイスショットを喜び、狙いが外れると天を仰いで悔しがりながらプレーを楽しんでいました。

■結果  
①乙児 ②モンキーズ ③チェリーズ ④豊生会



楽しんでプレーする参加者

## 1打1打に一喜一憂

### 東北町民グラウンド・ゴルフ大会

第17回東北町民グラウンド・ゴルフ大会が5月15日、北総合運動公園で行われ、約40人が球を打つ加減や地面の傾斜などを考えながら熱戦を繰り広げました。

■上位結果(敬称略)男女別  
Aブロック 優勝 中野 晶 千葉 幸子  
Bブロック 優勝 高村 正人 中村 玲子



渾身の一打を打つ参加者

## 泥だらけの田植え体験

上北小学校(相馬準一校長)の5年生62人は5月24日、町内の水田で町特産品「紫黒米」の田植え学習を「八甲田黒米栽培研究会(蛭名勲会長)」らの指導の下、行いました。

原田琉生くんは「まっすぐ植えるのが難しかったが、楽しかった」と泥だらけの姿で話していました。



苗を植える上北小の児童たち

## 「大きくなあれ」は とおきの栄養

第二保育園(田嶋悟園長)と、第三保育園(田嶋みえ子園長)の園児23人が5月30日、町内の畑でサツマイモの苗を「大きくなあれ」と言葉の栄養をふりかけながら、1本ずつ丁寧に植えました。

第二保育園の平川結菜ちゃんは「穴を掘るのが楽しかった。大きくなるのが楽しみ」、第三保育園の柴田壘生くんは「穴を掘るのも、植えるのも上手にできて楽しかった」と笑顔で話しました。



苗を植える園児たち

## 熱戦!! 東北町長旗中学校野球・ソフトボール大会

第17回東北町長旗中学校野球・ソフトボール大会が5月21日~22日、北・南総合運動公園でトーナメント方式で行われ、野球は5チーム、ソフトボールは2チームが参加し、熱戦を繰り広げました。

野球は本町から参加した、上北中学校(甲東・七戸・上北中学校合同)が一回戦、東北中学校が二回戦で三沢第一中学校と対戦し、激戦の末、敗れました。

ソフトボールは上北中学校(六戸・上北・七百中合同)が天間林中学校と対戦、隙の無い試合運びで、19対0と勝利し、優勝しました。参加した各チームは中体連に向けて、さらに闘志を燃やしていました。

■上位結果  
野球 優勝 三沢第一中学校  
準優勝 三沢第二中学校  
ソフトボール 優勝 六戸・上北・七百中学校合同  
準優勝 天間林中学校



力強いスイングをする  
蛭名賢選手(上北中)



粘り強い投球をする  
大杉悠翔選手(東北中)



巧みなバッティングをする  
小笠原茉祐選手(上北中)

## 東北ロータリークラブが町内保育園にシジミ貝を寄贈

東北ロータリークラブ(蛭沢公洋会長)は5月24日、町内全12カ所の保育園・保育所の園児全員にシジミ貝をプレゼントしました。

同クラブは例年、園児らと赤川でサケの稚魚放流を行っていましたが、新型コロナウイルス感染状況を考慮し、代わりに、小川原湖や赤川などの水環境を守る大切さを伝えるため、小川原湖産シジミ貝の寄贈をしました。



贈呈式に参加した関係者

乙児文化保育園で行われた寄贈式には、同クラブの会員6人と同保育園の年長・年中組の33人が参加しました。蛭沢会長が「小川原湖で取れたおいしいシジミを皆さんに食べてもらおうと持ってきました。」とあいさつし、園児を代表して、蛭沢大和さんと小野寺美織ちゃんが「たくさんのシジミをくれてありがとうございます。みんなと一緒にいただきます。」とお礼を述べました。

この後、園児全員がオリジナルの「シジミ貝の歌」を踊り付きで披露しました。



## マイナンバーカードの交付窓口を夜間・休日に開設しています

平日の開庁時間に役場へ来ることができない方を対象に、夜間と休日にマイナンバーカード交付窓口を開設しています。

前日の開庁日（8：15～17：00）までに、電話で予約のうえ、お越しください。

▶夜間開設日（第1・3月曜日の17：00～19：00）

8月1日 8月15日

（開設場所：町民課・東北支所）

▶休日開設日（第2日曜日の9：00～12：00）

8月14日

（開設場所：町民課）



※マイナンバーカードが交付されるまでには申請をした日からおおよそ1か月かかります。

カード取得を希望される方は、お早めに申し込みください。

■お問い合わせ 町民課 Tel 0176-56-3111 または Tel 0175-63-2111

## マイナンバーカード取得者に5,000円分の「東北町地域商品券」を差し上げます！

町ではマイナンバーカード普及促進事業として、マイナンバーカードをすでにお持ちの方や新規に取得をされた方に、1人につき5,000円分の東北町地域商品券を差し上げます。

ぜひ、この機会にマイナンバーカードを取得しましょう！

▶地域商品券給付対象者および配布方法

1.令和4年10月1日時点で東北町に住民登録があり、マイナンバーカードを令和4年1月1日以降に取得し、令和3年度中に地域商品券の給付を受けていない方

⇒10月上旬以降に簡易書留でご本人宛に順次郵送予定です。

2.令和4年10月2日から令和4年12月28日までの間に、東北町からマイナンバーカードの交付を受けた方

⇒マイナンバーカード交付時に地域商品券を一緒にお渡しします。

▶商品券の利用期間 令和4年10月2日（日）～令和5年1月31日（火）

※地域商品券の取扱事業者として町へ登録された店舗等でご利用できます。

（商品券配布時に一覧表を同封します。）



マイナンバーPRキャラクター  
マイナちゃん

※マイナンバーカードの交付には、申請から1か月～2か月程度日数がかかります。

■お問い合わせ 町民課 Tel 0176-56-3111



弘前大学人文社会科学部 教授

関根 達人氏

墓石が語る

江戸時代

東北町民大学&いきいき教室・オンデマンド

## 東北町テレビ11チャンネルにて放送！

番組名	放送日	講師	放送時間
墓石が語る江戸時代	7月25日（月）	弘前大学人文社会科学部教授 関根 達人氏	午前10：00～11：00
			夕方18：00～19：00

※1日2回放送の60分番組です。

■お問い合わせ 東北町教育委員会 社会教育課（東北町民文化センター）

Tel. 0176 (56) 5180 「東北町民大学」担当まで



# 上北地方教育・福祉事務組合の職員を募集します

- ▶ **募集人員** 保育士 若干名
- ▶ **応募資格** 詳細は職員募集要項をご覧ください。
- ▶ **募集期間** 令和4年7月26日（火）まで ※当日消印有効
- ▶ **試験日**  
一次試験：令和4年9月18日（日） 試験場所 七戸町  
二次試験：一次試験合格者に通知します。
- ▶ **申込手続**  
職員募集要項および受験申込書の入手方法について  
①上北地方教育・福祉事務組合事務局庶務課で直接入手  
②上北地方教育・福祉事務組合ホームページでダウンロード  
※ホームページは「上北地方教育・福祉事務組合」と検索してください。  
③郵送で請求する場合は、封筒の表に「受験申込書請求」と朱書きし、120円切手を貼った宛名明記の返信用封筒(角形2号)を同封のうえ、上北地方教育・福祉事務組合事務局庶務課に請求してください。

## ■お問い合わせ

上北地方教育・福祉事務組合 事務局庶務課 〒039-2571 七戸町字蛇坂55-8 TEL 0176-62-5154

# 警察官B(大卒以外)・警察事務(高卒程度)採用試験 ～ここで咲く あなたの正義～

受験職種		受験資格
警察官B	男性	平成2年4月2日から平成17年4月1日までに生まれた方。ただし、学校教育法による大学を卒業した方、または令和5年3月31日までに大学を卒業見込みの方(人事委員会が同等の資格があると認める方を含む)を除きます。
	女性	
警察事務		高卒程度 平成13年4月2日から平成17年4月1日までに生まれた方

※警察官B(男性)は、第2志望を千葉県、神奈川県および警視庁のうちから選択することができます。また、受験資格等は都県によって異なりますので、詳細はそれぞれの都県へお問い合わせください。

- ▶ **受付期間** 警察官B：7月15日（金）～9月2日（金）まで  
警察事務：8月1日（月）～8月26日（金）まで
- ▶ **試験日** 第1次試験：9月25日（日）
- ▶ **試験地** 青森市、弘前市、八戸市
- ▶ **変更内容** 【第1次試験】加対象となる資格が増えました。  
柔道、剣道に加え、英語、ベトナム語、中国語、韓国語、情報処理技術者試験が新たに対象となります。  
【第2次試験】体力検査の種目が変更になりました。  
変更前：上体起こし(腹筋)、握力、立ち幅跳び、20mシャトルラン  
変更後：腕立て伏せ、握力、反復横跳び、20mシャトルラン

■お問い合わせ 警察官B 七戸警察署警務会計課 TEL 0176-62-3101  
警察事務 青森県人事委員会事務局任用担当 TEL 017-734-9829

# 令和4年度 東北町役場建設課の 除雪重機運転手を募集します

- ▶ **募集職種** 除雪重機運転手(フルタイム会計年度任用職員)
- ▶ **職務内容** 除雪作業および道路維持管理作業など
- ▶ **募集対象** 以下免許および資格取得者 ※令和4年8月22日現在  
①免許：大型免許・大型特殊免許  
②資格：車両系建設機械(整地・運搬・積込み用および掘削用)運転技能講習修了  
※地方公務員法第16条の欠格条項に該当する方および町税等の滞納がある方は応募できませんので、ご了承ください。
- ▶ **任用期間** 令和4年11月1日から令和5年3月31日まで  
(予定) (任用期間については、相談に応じます。)  
※原則として採用後1カ月間は条件付き採用期間となります。
- ▶ **勤務日時** 月曜日から金曜日の、午前8時15分から午後5時まで  
※除雪出動時は、出勤時間から～8時間45分(休憩込)の変則勤務となります。また、土曜日および日曜日の出勤は原則振替休日となります。  
※休憩時間は1時間、休日は土曜日・日曜日・国民の祝日・年末年始、休暇は年次有給休暇等
- ▶ **勤務場所** 東北町役場建設課
- ▶ **賃金等** 給料月額213,000円から  
通勤手当、期末手当、時間外勤務手当等 支給
- ▶ **補償** 社会保険、労働保険 加入
- ▶ **募集人員** 若干名
- ▶ **募集締切** 令和4年8月22日(月) 必着
- ▶ **応募方法** ①履歴書(写真添付) ②免許証 ③車両系建設機械運転技能講習修了証④健康診断書(1年以内のもの) ⑤本籍地連絡票(様式は提出先に備付)を建設課分室へ持参してください。  
※免許証等②～④は原本を確認しますので、持参願います。  
※⑤本籍地連絡票は提出時に本籍地を記入していただきます。  
※応募書類は返却しませんので、ご了承ください。
- ▶ **選考方法** 書類選考の上、合格者に対し面接試験の日時等を連絡いたします。
- ▶ **提出先** 東北町役場総合支所内 建設課分室(コミュニティセンター1階)

■お問い合わせ 建設課 TEL 0176-56-3111 または TEL 0175-63-2111 (内575)

# 道路の路肩や法面に除草剤の散布はやめましょう!

最近、道路の路肩や法面に除草剤が散布されている箇所が見受けられます。除草剤の散布により、草の根が枯れてしまうと雨水等を吸収できなくなり、路肩の土が流出し、道路の法面が崩壊する危険性が高まります。安全に道路を通行していただくために、道路の路肩や法面へ除草剤の散布をしないようにしてください。

■お問い合わせ 建設課 TEL 0176-56-3111 または TEL 0175-63-2111 (内575)

## 東北町議会議員一般選挙のお知らせ

### ●選挙の日程

令和4年9月30日任期満了に伴う東北町議会議員一般選挙の日程を以下のとおり決定しましたのでお知らせします。

▶選挙期日 9月25日(日) ▶告示日 9月20日(火)

### ●立候補予定者説明会の日程

立候補予定者を対象とした説明会を以下の日程で行います。

▶日時 8月3日(水) 午後2時から ▶場所 コミセン未来館 大集会室

■お問い合わせ 選挙管理委員会事務局 TEL 0176-56-3111 または TEL 0175-63-2111

## 不動産取得税について

不動産取得税とは、家屋を新築・増改築したとき、土地や家屋を売買・交換・贈与などで取得したときに一度だけ課税される県の税金です。

税額は、原則として不動産を取得した時点の固定資産課税台帳価格に「住宅および土地の場合は3%」、「住宅以外の家屋の場合は4%」の税率をかけた額となります。

地域県民局県税部から送付される「不動産取得税納税通知書」により、納期限までに、銀行・郵便局またはコンビニなどで納付をお願いします。

また、スマートフォンアプリやインターネット上の専用サイトでは、電子マネーやインターネットバンキング、クレジットカードで納付することができます(※1)。

なお、一定の要件を満たす住宅や住宅用地を取得した場合など、不動産取得税が軽減される制度があります。

※1 インターネット上の専用サイトはクレジットカードのみ対応しております。

■お問い合わせ 上北地域県民局県税部 課税課 TEL 0176-22-8111 (内線) 207・208

## サマージャンボ7億円

(1等5億円・前後賞各1億円合わせて)

## サマージャンボミニ3千万円

(1等3千万円)

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

各1枚 300円  
7月5日(火) 2種類同時発売!  
発売期間 7/5(火)~8/5(金)  
公益財団法人青森県市町村振興協会

## 広報に広告掲載しませんか？

縦6㌻×横17.5㌻ 12,000円  
縦6㌻×横 8.5㌻ 6,000円

お問い合わせは  
企画課 ☎ 0176-56-3111(内線246)まで

## インボイス制度説明会・登録申請相談会の開催について

- ▶開催場所 十和田奥入瀬合同庁舎(1階会議室) 十和田西二番町14-12
- ▶開催日時 7月20日(水) 10:30~12:00 13:30~15:00  
8月3日(水) 10:30~12:00 13:30~15:00  
8月24日(水) 10:30~12:00 13:30~15:00
- ▶定員 各30名
- ▶予約先 0176-23-3997(十和田税務署 法人課税第一部門)  
※電話で事前予約をしてください。
- ▶その他 登録申請手続きをサポートする登録申請相談会は、希望する方を対象に、説明会後に引き続き行います。

■お問い合わせ 十和田税務署 法人課税第一部門 TEL 0176-23-3997

## 司法書士に聞いてみよう！遺言・相続電話相談

- ▶日時 8月7日(日) 10:00~16:00
- ▶電話 0120-339279(当日のみの専用番号です)
- ▶相談員 司法書士
- ▶主催 青森県司法書士会  
公益社団法人成年後見センターリーガル・サポート青森支部(共催)
- ▶相談例 ◎遺言を残そうと思っている。法務局で始まった自筆証書遺言を保管する制度ってどんな制度…  
◎母が亡くなり相続が発生、相続登記の手続きについて知りたい… など
- ▶その他 相談は無料ですが、個別の継続相談は別途費用がかかりますので相談員に確認ください。

■お問い合わせ 青森県司法書士会事務局 TEL 017-776-8398

## 熱中症にご注意ください!!

- ▶熱中症の主な症状
  - めまいや立ちくらみ、顔のほてり ●筋肉痛や筋肉のけいれん、足がつる
  - 倦怠感や吐き気、頭が重い、頭痛 ●呼びかけに反応しない、おかしい返答をする
  - 体温が高く皮膚が赤く乾いている ●自分で動けない、水分補給ができない
  - 何度拭いても汗が出る、もしくはまったく汗がでない状態 など
- ※特に呼びかけに反応しないなど意識障害がみられる場合には重症である可能性が高いため、速やかに救急要請し医療機関での治療が必要です。
- ▶熱中症予防×コロナ感染防止
  - ・マスクを外すときは、人と2m以上距離をとりましょう
  - ・マスク着用時は、喉が渇いていなくてもこまめに水分補給をしましょう
  - ・気温、湿度が高いときは、特に注意しましょう
  - ・救急車が必要な場合は119へ

■お問い合わせ 東北消防署 TEL 0175-63-2520 上北消防署 TEL 0176-56-2119



## 風しん抗体検査・予防接種費用を助成します

風しんは発熱、発しん、リンパ節の腫れなどの症状があるウイルス性疾患です。

免疫を持っていない女性が妊娠初期に風しんに感染すると、白内障、先天性心疾患、難聴などの症状がある「先天性風しん症候群」の子どもが生まれる可能性があります。

町では、風しんを未然に防ぐため、抗体検査およびワクチン予防接種の費用を全額助成します。

助成期間	令和4年6月1日(水)～令和5年3月31日(金)		
対象者	東北町に住所を有し、次のいずれかに該当する方。ただし、風しん罹患者または2回の予防接種歴のある方、妊娠している方、妊娠している可能性がある方は除きます。		
抗体検査	(1) 妊娠を希望する方 (2) 妊娠を希望する方の同居者 (3) 風しん抗体価が低い妊婦の同居者 ※1		
予防接種	・風しん抗体検査における抗体価が、HI法16倍以下またはEIA法8.0未満の方 ・過去の妊婦健診等により、抗体価が低いと確認できる方 ※2		
申請方法	保健衛生課(東北町保健福祉センターまたは上北保健福祉センター)にお越し下さい。窓口で申請後、風しん抗体検査および予防接種の助成券を交付します。 ※1 風しん抗体価が低い妊婦の同居者については、申請時に母子手帳をご持参下さい。 ※2 風しん抗体価が確認できる母子手帳をご持参ください。		
委託医療機関	病院名・電話番号	受付時間	備考
	ちびき病院 Tel 0175-64-5100	(平日) 8:30～11:45 14:00～16:45 (土曜日) 8:30～11:45	日曜・祝日・年末年始休診 ※要予約
	吉田内科医院 Tel 0175-63-3777	(平日) 9:00～12:00 14:30～17:30 (土曜日) 9:00～12:30	日曜・祝日休診
	小川原湖クリニック Tel 0176-56-5600	(平日) 8:30～12:30 15:00～18:30 (土曜日) 8:30～12:30	水曜日は午後から休診 日曜・祝日休診
	旭日クリニック Tel 0176-58-2050	(平日) 9:00～11:45 14:00～17:15 (土曜日) 9:00～12:30	木曜日は午後から休診 日曜・祝日休診
	すみれ内科クリニック Tel 0176-56-2221	(月曜日) 13:00～16:00 (火曜日) 13:00～16:00	水・木・金・土・日曜 祝日休診 ※要予約 予約受付は平日9時～17時

※医療機関受診の際には、健康保険証をご持参下さい。

### ▶風しん予防接種の注意事項

1. 接種後2カ月の間は妊娠を避ける必要があります。
2. 成人の風しん予防接種は任意接種です。有効性と副反応のリスクを十分理解した上で、希望者は接種して下さい。

■お問い合わせ 保健衛生課 Tel 0175-63-2001 または Tel 0176-56-2933

## 成人用肺炎球菌の予防接種を実施します

### ▶定期接種対象者

①これまで一度も肺炎球菌ワクチンを接種したことがなく、以下の生年月日に該当する方

65歳：S32.4.2～S33.4.1生の方	85歳：S12.4.2～S13.4.1生の方
70歳：S27.4.2～S28.4.1生の方	90歳：S7.4.2～S8.4.1生の方
75歳：S22.4.2～S23.4.1生の方	95歳：S2.4.2～S3.4.1生の方
80歳：S17.4.2～S18.4.1生の方	100歳：T11.4.2～T12.4.1生の方

②60歳以上65歳未満の方であって、心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障がいがある方

### ▶接種期間

令和4年6月1日(水)から令和5年3月31日(金)までに町委託医療機関で接種して下さい。

※対象者には5月下旬に予診票を個別郵送しています。

※町委託医療機関については予診票をご覧ください。

※町委託医療機関以外で接種した場合は、接種後1カ月以内に申請することで、町が定める限度額の範囲にて接種費用の払い戻しができます。

■お問い合わせ 保健衛生課 Tel 0175-63-2001またはTel 0176-56-2933

## HPV(子宮頸がん)ワクチン キャッチアップ接種を実施します

▶接種対象者 平成9年4月2日～平成18年4月1日生まれの女性

▶接種期間 令和4年4月1日～令和7年3月31日まで

▶接種回数 合計3回(過去に1回または2回接種した後に中断されている方は残りの回数)

※接種対象者には5月下旬に予診票を個別郵送しております。

○接種委託医療機関(町内外5医療機関)【日曜・祝日は休診】※全ての医療機関で予約が必要です

	医療機関	予約先	受付時間	
			平日	土曜日
町	ちびき病院	☎0175-64-5100	8:30～11:45 14:00～16:45	8:30～11:45
	吉田内科医院	☎0175-63-3777	9:00～12:00 14:30～17:30	9:00～12:30
内	小川原湖クリニック	☎0176-56-5600	8:30～12:30 15:00～18:30 (水曜日午後 休診)	8:30～12:30
町	青い森こどもアレルギークリニック	☎0176-58-7400	8:45～12:15 14:00～17:45 (木曜日午後 休診)	8:45～12:15
外	すずき小児科内科クリニック	☎0176-52-6555	8:30～12:00 14:00～18:00	8:30～12:30 (第2、4土曜休診)

※自己負担で接種された方は、町が定める限度額の範囲にて接種費用の払い戻しができますので、領収書、明細書、母子健康手帳および通帳を持参の上、東北町保健福祉センターまでお越しください。

■お問い合わせ 保健衛生課 Tel 0175-63-2001 または Tel 0176-56-2933

# 大学生等生活支援給付金事業の申請締切は8月31日(水)まで

## － 支援給付金を受けられる大学生等とは －

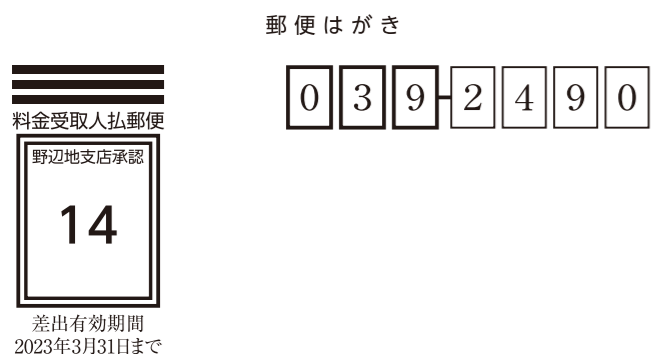
学校教育法に規定する大学、大学院、短期大学、高等専門学校、専修学校および各種学校ならびに予備校に在籍する方、また、職業能力開発促進法に規定する職業能力開発校等に在籍する方です。

ただし、全ての学校区分において修業年限が1年以上の課程であり、予備校にあつては大学進学を目的とした進学予備校に在籍する方です。さらに、高等専門学校にあつては4年生以上に在籍する方、専修学校の一般課程、各種学校および予備校にあつては18歳以上の方に限ります。

- ▶ **給付対象** 以下の①～④すべてに該当する方
  - ①東北町立小学校または中学校を卒業していること
  - ②申請時に大学等に在籍していること
  - ③基準日（令和4年4月28日）において本人または保護者が町内に住所を有していること
  - ④他市区町村において同様な支援給付金の給付を受けていない、または申請していないこと
- ▶ **給付金額** 大学生等お一人につき**10万円** ※昨年度に給付を受けた大学生等も対象です。
- ▶ **申請期限** **令和4年8月31日(水)まで**
- ▶ **そのほか** 提出書類および申請方法については、町のホームページをご覧ください。

■お問い合わせ 学務課 TEL 0176-56-3111 または TEL 0175-63-2111 (内線714)

※ 広報紙から切り取ったもののみ有効です ※



東北町上北南四丁目32-484

東北町役場企画課

「町民の声」係 行



ご住所 〒	
お名前	年齢

## 町に対するご意見・ご要望は「郵便はがき」をご活用ください

お寄せいただいたご意見等は、回答に時間を要する場合がございます。ご意見・ご要望の回答を希望する一部案件については、町の回答を付して、個人情報を除き、ホームページ等で公開しますので、あらかじめご了承ください。

なお、次のいずれかに該当する場合は、回答できませんのでご注意ください。

- ・匿名および回答希望のないもの
- ・記載内容が不明瞭または判読できないもの
- ・法律、法令等の規定により開示することができないもの
- ・特定の個人や団体などの誹謗中傷、プライバシーに関するもの
- ・特定の個人や団体の営利につながる恐れのあるもの
- ・政治活動、宗教活動に関するもの
- ・その他、町政への提案として認められないと判断するもの

■お問い合わせ 企画課 TEL 0176-56-3111

# 東北町へUターンや移住を考えているご家族やお知り合いにお知らせください

## 東北移住・つながり大相談会を開催します

関東圏にお住まいで、東北町へ移住を考えているご家族はいらっしゃいませんか？

以下の会場・日時で移住相談会（対面）を開催しますので、移住を検討しているご家族がいらっしゃいましたら情報提供をお願いします。

また、当日は上十三・十和田湖広域定住自立圏\*として出展します。



- ▶ **と き** 7月24日（日）11：00～16：30
- ▶ **と ころ** 東京交通会館12階 カトレアサロン  
(東京都千代田区有楽町2-10-1 / JR有楽町駅徒歩1分)
- ▶ **参加費** 入場無料
- ▶ **申・問** 認定NPO法人 ふるさと回帰支援センター ☎ 03-6273-4415

※上十三・十和田湖広域定住自立圏：十和田市、三沢市、野辺地町、七戸町、六戸町、横浜町、東北町、六ヶ所村、おいらせ町、秋田県小坂町で構成する圏域をいいます。

## 青森県で農業をはじめませんか？

上北地域県民局地域農林水産部では、新規就農者が生産技術や経営管理に関する基礎的な知識・技術を習得するための研修会を開催しています。

詳細は、青森県庁HP内「農業関係情報：ヤングファーマーゼミナール」に随時掲載します。受講を希望される方、営農に関する悩み事などお気軽にお問い合わせください。



▲青森県庁HP

### 【令和4年度研修会開催計画】

- ▶ 7月上～中旬（半 日） 先進農家視察、意見交換（管内現地は場）
- ▶ 8月中旬（半 日） 工程管理研修（GAP取得農業者ほ場）
- ▶ 11月上旬（半 日） 農作業安全研修（農業機械メーカー）
- ▶ 11月上旬（夜 間） 堆肥の基礎（十和田合同庁舎）
- ▶ 12月中旬（2日間） 複式簿記の基礎、農業セーフティネット制度（十和田合同庁舎）
- ▶ 12月～2月（各1日） パソコン複式簿記の基礎・実践  
(①十和田合同庁舎、②(株)青森原燃テクノロジーセンター)
- ▶ 2月下旬 農業経営相談（十和田合同庁舎・三沢分室）

※研修内容や時期が変更になる場合がありますので、あらかじめご了承ください。

■お問い合わせ 上北地域県民局 地域農林水産部 農業普及振興室 TEL 0176-23-4281



## 東北町に移住した方へ 最大100万円を支給します！

東京圏から東北町に移住し、青森県内の中小企業などに就業した方または起業した方を対象に「移住支援金」を支給しています。

Uターンや移住をお考えの親族・知人等いましたら、ぜひ活用をご検討ください。

### ▶対象者（どちらも満たす方）

- ・直近5年以上東京23区内に在住していた方または東京圏(東京都・神奈川県・埼玉県・千葉県)に在住し、東京23区内に通勤していた方
- ・Aomori Job(青森県庁ホームページ)に掲載している対象求人企業に新規就業した方または青森県の起業支援金の交付決定を受けた方

### ▶支援金額

- ・2人以上の世帯で移住 100万円
- ・単身で移住 60万円

■お問い合わせ 企画課 TEL 0176-56-3111

## 風水害・水難事故への備えを!!



梅雨の長雨や台風などにより、風水害、水難事故が発生しやすくなります。

被害を最小限にとどめるため、日頃から災害に対して備えておくほか、お住いの地域やご家庭でも危険箇所や避難場所について話し合っておきましょう。

また、災害の恐れのある場所には、近づかないようにしましょう。

農業用施設(頭首工<sup>とうしゅこう</sup>、ため池、農業用水路等)の施設管理者は、災害発生未然防止のため、施設の点検および必要に応じて補修を行うなどの対策をしましょう。

また、5月には他県において頭首工の漏水事故が発生しました。頭首工で漏水が確認された場合は、農林水産課までご連絡ください。

■お問い合わせ 農林水産課 TEL 0176-56-3111

## 空き家にお困りの方、有効活用を考えている方、 「空き家バンク」へ登録しませんか

東北町では、空き家を売却・賃貸したい方に空き物件を登録していただき、その情報を空き家バンクホームページや町ホームページで公開し、空き家の購入・賃貸を希望する方へ情報提供します。

町内に空き家を所有し、有効活用を検討されている方は「空き家バンク」への登録をよろしくお願ひします。

※空き家バンクの制度内容や登録様式などは東北町ホームページに掲載しています。

東北町ホームページ内で **空き家** 検索



■お問い合わせ 企画課 TEL 0176-56-3111

## 排水設備工事責任技術者試験

▶日程 10月19日(水) 14:00~

▶会場 青森市、弘前市、五所川原市、八戸市

▶申込 下水道課で準備している申込書に必要事項を記入し、必要書類を添えて、下水道課に提出ください。(郵送不可)

▶料金 8千円(振込手数料が別途必要)

▶受付 7月1日(金)~7月29日(金)

※土・日曜日、祝日を除く

▶主催 青森県下水道協会

▶ほか 受験資格等については、青森県下水道協会HPをご覧ください。

■お問い合わせ 下水道課 TEL 0176-56-3111

## ひとり親家庭等医療費の更新をお願いします

ひとり親家庭等医療費助成の受給資格証の有効期限が令和4年7月31日で満了となります。最新の所得等を審査し、受給資格の有無を確認するために更新の申請が必要となります。以下の期間中に手続きをお願いします。

▶手続き期間 令和4年7月1日(金)~令和4年7月25日(月)

▶手続き場所 東北町役場 福祉課 (本庁舎) ※郵送可  
東北支所 (コミュニティセンター未来館)

- ◀必要な書類▶
1. ひとり親家庭等医療費受給資格証更新申請書
  2. 健康保険証の写し(本人分・お子さん分)
  3. 養育費等に関する申告書
  4. 所得状況等の調査に関する同意書
  5. その他、要件審査に必要だと判断した書類等  
※審査時、判明した場合に個別に連絡します。

受給対象者の方々へ別途案内文書を送付しますので、ご確認のうえ期間内の手続きをお願いします。

■お問い合わせ 福祉課 児童福祉係 TEL 0176-56-3111 (内線134)

## 第11回特別弔慰金の請求期限は 令和5年3月31日まで

戦没者等の遺族に対する特別弔慰金支給法が平成27年に改正され、現在、第十一回特別弔慰金の請求を受け付けています。

請求期限は令和5年3月31日までとなり、期限を過ぎると、第十一回特別弔慰金を受ける権利がなくなりますので、お早めにご請求ください。

■お問い合わせ 福祉課

TEL 0176-56-3111 または TEL 0175-63-2111

防災無線放送が聞き取れなかった場合はお電話ください。

フリーダイヤル  
TEL 0800-800-9922  
火災等の確認は  
TEL 0176-60-8844 (※通話料が発生)



回答を 希望する ・ 希望しない

回答希望の場合は、電話・ファックス・メールのいずれかをこちらにご記入ください。

お問い合わせ、ご意見・ご要望をこちらにご記入ください。



## 中高年のための「再就職支援セミナー」開催について

- ▶開催場所・日
  - 【弘前会場】 7月20日（水）弘前市総合学習センター 4階第4研修室
  - 【青森会場】 7月22日（金）リンクモア平安閣市民ホール 1階会議室（1）
  - 【八戸会場】 7月27日（水）友の会福祉会館 2階第1会議室
- ▶時 間 13：30～15：30 ※希望者個別相談会 16：00～17：00
- ▶定 員 45歳以上の方、先着20名（参加費無料）
- ▶予・問 ネクストキャリアセンターあおもり  
TEL：017-723-6350 Email：chuukounen@ims-hirosaki.com
- ▶そ の 他 当セミナーは雇用保険受給資格者の求職活動として認められます

## 健やか協力隊員養成研修の開催について

- ▶日 時 8月10日（水）9時～12時 弘前大学健康未来イノベーションセンター1階  
8月19日（金）13時～16時 八戸商工会議所3階  
9月9日（金）9時～12時 青森県総合社会教育センター2階
- ▶内 容 健康講義・健康測定機器測定演習
- ▶対 象 健康づくりに関心があり健康測定を学びたい方  
測定の手伝いを考えている方
- ▶定 員 各会場40名（受講料無料）
- ▶申込方法 各会場とも開催日の2週間前までに、氏名・年齢・住所・勤務先・電話番号・FAX番号を明記し、FAX、Eメールまたは郵送でお申し込みください
- ▶申・問 青森県医師会健やか力推進センター  
住 所：〒030-0801 青森市新町2-8-21 青森県医師会館6F  
TEL：017-763-5590 FAX：017-763-5591  
Email：suk-kyoryokutaiin@lily.ocn.ne.jp
- ▶そ の 他 詳しくは青森県医師会ホームページをご覧ください

## 「あなたに気づいてほしい家事」

はっきりとした名前はなく、家事として認識されていない家事は、普段家事をしている人には当たり前の行為であっても、普段家事をしていない人には気づきにくいものです。

県は昨年、「あなたに気づいてほしい家事」についてそのネーミングを募集しました。その受賞作品の中からユーモアあふれる作品の一部をご紹介します。

ご家庭でも、多様な家事についてパートナーと考えてみましょう。

### あなたに気づいてほしい家事のネーミング受賞作品

ネーミング	家事の内容
献立地獄	毎日の献立を考える家事
個人情報マメルンジャー	届いた荷物の差出票やはがきを捨てる前に個人情報がわからないようにビリビリに破く
ランドセルマネージャー	子どもの配布物や連絡帳、行事予定などの管理
ポケットからっぽ	洗濯する前のポケットにティッシュ等が入っていないか確認

■お問い合わせ 企画課 TEL 0176-56-3111



## 河川防災情報について

大雨洪水に備えて…河川防災情報を提供しています。

### ◆身近な河川の水位等をチェックしましょう

- ・「河川砂防情報提供システム」では、国・県・気象庁が観測している雨量・河川水位・ダム情報等を確認できます。早めの情報収集、避難準備を心掛けましょう。

※二次元コードから青森県河川砂防情報をご覧ください。



(携帯電話版)



(スマートフォン版)

### ◆ご家庭のテレビで、河川の水位が確認できます

「地上デジタル放送」の「データ放送」で、**河川水位情報**をわかりやすく、ご家庭のテレビで確認できるようになりました。



### ・操作方法は簡単

NHK総合にチャンネルを合わせ、テレビのリモコンの「**dボタン**」を押して、TOPメニューの「**防災・生活情報**」を選び、決定ボタンを押して「**河川水位情報**」を選択します。

### ■お問い合わせ

県土整備部 河川砂防課 企画・防災グループ TEL 017-734-9662  
上北地域県民局地域整備部 河川砂防施設課 TEL 0176-23-4329



# 新型コロナウイルスワクチン4回目接種 ～18歳以上59歳以下で基礎疾患を有する方などへ～ 4回目接種券付予診票 発行申請のお知らせ

町では、国の方針に基づき、3回目接種から5カ月以上経過した「60歳以上の方」と「18歳以上59歳以下の基礎疾患を有する方など」を対象に、4回目接種を実施します。

「18歳以上59歳以下で基礎疾患を有する方など」のうち、接種を希望する方は、接種券付予診票の発行申請が必要です。

町では18歳以上59歳以下で3回目接種を終了した方全員に「4回目接種券付予診票 発行申請のご案内」を随時お送りしております。


ご案内をお読みになり、接種対象に該当し接種を希望する場合は、同封の申請書にご記入の上、申請くださるようお願いいたします。

※60歳以上の方は申請の必要はありません。(3回目接種日から、5カ月を迎える時期を目途に随時「接種券付予診票」を送付します。)

■お問い合わせ 保健衛生課 TEL 0175-63-2001

## 青森県広域接種(新型コロナウイルスワクチン接種) ～武田社ワクチン[ノババックス]接種のお知らせ～

青森県では、武田薬品工業株式会社が米ノババックス社から技術移管を受けて生産・販売する組替えタンパクワクチンの接種を実施します。mRNAワクチン(ファイザー社ワクチン、モデルナ社ワクチン)に対するアレルギーがあり、接種を控えていた方はこの機会にご検討ください。

対象者	18歳以上の方 ※初回接種(1,2回目)、追加接種(3回目)とも ※初回接種で別のワクチンを使用した場合も可
接種料金	無料
接種日程	6月27日(月)、7月27日(水)、8月25日(木)、9月26日(月) 各日 15時30分～15時45分
予約方法	(1) 電話 コールセンター：0570-007-811 (土日祝日を除く 9時～18時まで) ※おかけ間違いのないようお願いします (2) WEB (青森県ホームページ HOME) 24時間 ホームページQRコード 
接種会場	公益財団法人青森県総合健診センター (青森市佃2丁目19-12 青森市健康増進センター元気プラザ隣)
お問い合わせ先	コールセンター：0570-007-811 (土日祝日を除く9時～18時まで)

## 国民健康保険証が更新されます

現在ご使用の健康保険証は令和4年7月31日(日)までの有効期限です。

令和4年8月1日(月)からご使用いただく新しい健康保険証は、7月末までに郵送でお届けします。

今回お届けする健康保険証の有効期限は令和5年7月31日(月)までです。

### ▶健康保険証の変更について

健康保険証の色が「水色」から「桃色」に変更されます。

### ▶健康保険証の使用について

国保から職場の健康保険に加入後も、国保の保険証で医療機関を受診しているケースが多く見受けられます。健康保険に変更があった場合は、必ず医療機関へ新しい健康保険証を提示しましょう。また、職場の健康保険証の交付が遅れている場合は、医療機関へ健康保険の切替中であることを伝えてください。

### ▶健康保険証の紛失について

健康保険証は名前・住所などの個人情報も記載されているため、身分証明として利用することが可能です。盗難等により紛失すると悪用される危険性があります。紛失を防止するため、保管場所をしっかりと決めて保管しましょう。紛失したり破れたりした場合は、役場の窓口で再交付することができます。



■お問い合わせ 町民課 国民健康保険係 TEL 0176-56-3111 (内線156・157)

## 新型コロナウイルス感染症の影響により収入が減少した方々へ

### ▶国民健康保険税の減免制度について(対象となる世帯の要件は次のとおり)

- ・主たる生計維持者が死亡した、または重篤な傷病を負った世帯(全額減免)
- ・主たる生計維持者の事業収入等(不動産収入、事業収入、給与収入および山林収入)が前年より3割以上減少することが見込まれる世帯

### ▶傷病手当金の支給制度について(対象となる方は次の要件全てを満たす方)

新型コロナウイルス感染症に感染し、または発熱等の症状があり感染が疑われることにより会社等を休み、事業主から十分な給与等が受けられない場合に支給されます。

- ・給与等の支払いを受けている、東北町国民健康保険の加入者(被保険者)である。
- ・新型コロナウイルス感染症に感染し、または発熱等の症状があり感染が疑われることにより、療養のため就労できなかった。
- ・上記理由により3日以上療養し、4日目以降も療養のため労務に服することができない期間があった。
- ・上記の期間中に給与等の全部または一部を受けることができなかった。

※上記以外にも一定の基準を満たす必要がありますので、該当されると思われる方は、事前に国民健康保険係までお問い合わせください。また、上記以外の理由で納税が困難な場合の納付相談や、その他制度の取り扱い等についてもお気軽にご相談ください。

■お問い合わせ 町民課 国民健康保険係 TEL 0176-56-3111 (内線156・157)



## 地域でささえあう 広がる子ども食堂

食事を通して温かな団らんを子どもたちに提供する取組が、地域の力で全国各地に広がっています。

### 子ども食堂と地域の連携

家族が共に食事をとりながらコミュニケーションを図ることは、食育の原点であり、食の楽しさを実感するだけでなく、食や生活に関する基礎を習得する機会にもなります。しかし、近年では、様々な家族の状況や生活の多様化等により、家族との「共食」が難しい人も増えています。

こうした状況を踏まえ、地域住民等による民間発の取組として無料または安価で栄養のある食事や温かな団らんを提供する子ども食堂等が広まっており、家庭における共食が難しい子どもたちに対し、共食の機会を提供する取組が増えています。青森県内の子ども食堂もおおよそ50か所にまで広がりを見せています。コミュニケーションや豊かな食経験を通じて、食の楽しさの実感を与えて精神的な豊かさをもたらしていると考えられ、多様な暮らしに対応した食育を進める上で大きな意義を有しています。子ども食堂の取組の広がりを通じて、地域の食育が推進されていくことが期待され、活動が広がっていくためには、地域の力が大きな支えになります。

### 子ども食堂はSDGsにもつながっている



子ども食堂の活動は様々ですが、子どもにとっての貴重な共食の機会の確保や地域コミュニティでの子どもの居場所提供などの側面から、国連「持続可能な開発目標」(SDGs)の目標「1 貧困をなくそう」、「2 飢餓をゼロに」、「3 すべての人に健康と福祉を」、「4 質の高い教育をみんなに」に関わってくる活動といえるかもしれません。

### 東北町でも 広がる子ども食堂



#### 東北町サポートピノキオ

子どもたち、子育てについて話したいママ、元気をもらいたい高齢者、人生の先輩からアドバイスが欲しい若い人。旧ピノキオ手芸店を集いの場にみんなが集まる、地域の新たな支えあいの場を作りたいと考え、2021年7月に発足。新型コロナウイルスの感染が収まるまで、子どもたちへ食の支援“元気のおすそ分け”と題して中学生以下の子どもを対象に各地区の集会所を回り食材配布を行っている。活動の様子や開催予定はFacebook、Instagramから確認できる。

お問い合わせ TEL 0176-56-4150 東北町サポートピノキオ代表



#### テクセン子どものひろば「てくのろくんち」

(株)青森原燃テクノロジーセンターが子どもの居場所づくりを目的に2021年7月に開設。コロナ禍でも感染症対策を徹底することで開催可能であることをPRしたいと月に1度、小学生を対象に当施設を利用して開催。学習支援、外遊びや工作、食堂での食事提供など、食の支援のみならず親子で楽しめる子ども食堂を開催している。開催予定は公式HPやLINEから確認できる。

お問い合わせ TEL 0175-63-4680 (株)青森原燃テクノロジーセンター

### あなたにできることを子どもに届けよう

コロナ禍の多様な影響を受け、生活に困窮する人が増え、感染への恐怖や警戒が強まり、つながりや楽しみが減少する中、子どもの居場所の存在の重要性が考えられるようになりました。貧困に限らず、すべての子どもが子どもらしく育ち、笑顔で過ごせるような地域の実現に向けて、私たちにできる支援を届けていきましょう。

引用 子供食堂と地域が連携して進める食育活動事例集 (農林水産省：平成30年3月)

## 脂肪の種類について



今月は減量、体重を減らすコツについての話です。ここであらかじめ言っておきます。これを読めば夏の薄着で、体形がばれない為にすぐに痩せるコツがわかる。イエーイ！ラッキー！と一瞬でも期待した人は、ここから先は読まなくていいです。

そもそも減量は単に痩せる事ではありません。健康的な減量とは体が引き締まるイメージです。つまり、同じ体重を減らすといっても、メタボ人は筋肉を維持したまま、脂肪分だけ減らすのが非常に大事です。この脂肪は大きく3種類に分類されます。まず皮下脂肪。これはわかりますね？皮膚のすぐ下にあって、指でつまめるやつです。つまめないほどパンパンになる人もいますが…。次に、内臓脂肪。これは体の横から見るとポコンと前へ腹が突き出ている人の胃腸の周りに貯っている脂肪のことです。年頃のおどさんたちには身におぼえがござろう？最後に、あまり有名でない第3の脂肪“異所性脂肪”。これはほとんど無名ですので、少し説明します。

異所性脂肪の中では、一番有名なのが、脂肪肝。これは、聞いたことありますよね。肝臓の細胞内に脂肪滴を溜めに溜めた挙句、細胞が膨れて自爆し、検査で肝機能が悪くなっているような状態のことです。肝臓は沈黙の臓器ですので症状はありませんが、無警戒だと長期の間には脂肪性肝炎→肝硬変→肝臓がんにもなる。怖い話でしょ。また、この第3の脂肪があるだけで、あの悪名高い内臓脂肪よりもメタボ病(高血圧、糖尿病など)には悪い影響が多いとされ

ています。肥満がもっと進むと肝臓の他、心臓周りや筋肉内にまで脂肪が溜まる。サシ入り的高级牛と同じ生活したら、さすがにわがね。

さてこの脂肪たちは、どうして溜まるのかについて説明します。食事で腸管から吸収された栄養の中で、臓器で当座にすぐ使わないカロリーは、肝臓で中性脂肪という物質に変えられ、血液に乗って体中を巡ります。これらがさっき説明した3種類の脂肪組織めがけて“溜まりに行く”のです。もちろん将来使われるハズの備蓄燃料として溜まるのですが、溜まりやすさにも順番があって一番が皮下脂肪。2番が内臓脂肪。3番が異所性脂肪です。つまり皮下脂肪の許容量を超えると内臓脂肪に、内臓脂肪の容量からあふれると、この異所性脂肪が溜まるという理解でほぼ正解です。で、健康面から言うと2番以下の脂肪が体(特に血管に老化を早める)に悪いことをする。糖尿病や高血圧になりやすいホルモンを出していることは前回書いた通りです。

お待たせしました。ここからが今回の本番。これらの脂肪は、“使われるために貯められた”のです。喜ばしいことに一番燃えやすいのが悪玉異所性脂肪、2番が内臓脂肪。3番が皮下脂肪です。運動して、多少食べるのを控えれば、一番先に燃えてくれるのがこの異所性脂肪です。つまり、たちの悪い脂肪肝が一番治りやすいのです。

いかん、もう紙面が尽きてしまった。来月こそ減量のコツについて書くぞー！



## 安全・安心

スマートフォン用  
青森県警察防犯アプリ  
「まもリン」の登録を！

- ▶主な機能
- ・県内で発生した事件や不審者等の通知、地図表示機能
  - ・警察署、交番、駐在所および避難場所の表示機能
  - ・防犯ブザー機能
  - ・防犯パトロール機能 など
- アプリストア内で

青森県警察 まもリン 検索

または二次元コードからダウンロードしてください（無料）

iPhone用

Android用



## ほっこりカフェ

### 8月9日（火）

- ▶時間 10:00～11:30  
▶場所 東北町保健福祉センター健康相談室  
▶内容 相談・趣味活動

### 8月23日（火）

- ▶時間 10:00～11:30  
▶場所 上北保健福祉センター会議室  
▶内容 相談・趣味活動

■お問い合わせ  
地域包括支援センター  
Tel 0176-56-3111

## 国民年金

国民年金手続き  
電子申請の開始について

令和4年5月11日より、マイナポータル（行政手続きのオンライン窓口）を利用することにより、国民年金手続きの電子申請ができるようになりました。

電子申請をすると、マイナンバー等の情報を活用してスマートフォンやパソコンで申請書等を作成できるようになるため、紙の申請書より簡単に作成することができます。

また、処理状況や申請結果についてもスマートフォン等で確認することが可能となります。

- ▶電子申請の対象となる手続き
- ①国民年金第1号被保険者加入の届出  
（退職後の厚生年金からの変更等による資格取得や種別変更）
  - ②国民年金保険料 免除・納付猶予の申請
  - ③国民年金保険料 学生納付特例の申請

▶マイナポータルの利用者登録  
電子申請を行うためには、マイナポータルの「利用者登録」が必要となります。

その際は、マイナンバーカードと、カード受取り時に設定した数字4桁のパスワードが必要となります。

※マイナポータルを利用した電子申請の詳しい内容は、日本年金機構のホームページに掲載されておりますのでご確認ください。

■お問い合わせ  
青森年金事務所  
Tel 017-734-7495

## 納税

夜間の納税相談窓口を開設

次回の相談日は

**7月28日（木）**

**8月12日（金）**

時間：17時～19時まで

- ▶相談場所  
税務課（本庁舎）  
東北支所（コミセン）
- ▶税金対象  
町県民税・固定資産税・  
軽自動車税・国民健康保険税
- お問い合わせ  
税務課 Tel 0176-56-3111

## 納税期限

### 8月1日（月）は

固定資産税2期、国民健康保険税1期の納期限です。  
忘れずに納めましょう。

- お問い合わせ  
固定資産税 税務課  
Tel 0176-56-3111(内線182)  
国民健康保険税 町民課  
Tel 0176-56-3111(内線156)

## 相談

### 借金に関する相談窓口

相談員が借金の状況をお伺いし、必要に応じて、弁護士等に引き継ぎます。（秘密厳守・無料）

- ▶受付：月～金曜日  
（祝日・年末年始除く）  
8：30～12：00  
13：00～16：30
- ▶電話：017-774-6488

■お問い合わせ  
青森財務事務所  
Tel 017-722-1463

## 心配ごと相談

### 8月17日（水）

- ▶時間 9:30～11:30  
▶場所 東北町保健福祉センター相談室

お気軽に  
ご相談ください  
東北町心配ごと  
相談所

■お問い合わせ  
東北町社会福祉協議会  
Tel 0175-63-2717

## 行政相談

### 8月1日（月）

- ▶時間 10:00～12:00  
▶場所 本庁舎  
2階和室

### 8月17日（水）

- ▶時間 9:30～11:30  
▶場所 東北町保健福祉センター相談室

■お問い合わせ  
総務課 Tel 0176-56-3111

## 人権相談

### 8月1日（月）

- ▶時間 10:00～12:00  
▶場所 本庁舎  
2階和室

### 8月22日（月）

- ▶時間 10:00～12:00  
▶場所 コミセン未来館  
1階和室

■お問い合わせ  
福祉課 Tel 0176-56-3111

## 令和4年度自衛官等募集のご案内

種目	資格	受付期間	試験期日	処遇	試験場所
防衛大学校（学生）	一般	7月1日（金）～ 10月26日（水）	<1次試験> 11月5日（土）・6日（日）：筆記試験 <2次試験> 12月6日（火）～10日（土）※1	[学生手当] 月額：117,000円	別途各人に連絡
防衛医科大学校（医学科学生）	18歳以上21歳未満の方 高卒者（見込含）または 高専3年次修了者（見込含）	7月1日（金）～ 10月12日（水）	<1次試験> 10月22日（土） <2次試験> 12月14日（水）～16日（金）※1		
防衛医科大学校（看護学科学生）		7月1日（金）～ 10月5日（水）	<1次試験> 10月15日（土） <2次試験> 11月26日（土）・27日（日）※1		
一般曹候補生	18歳以上33歳未満の方	7月1日（金）～ 9月5日（月）	<1次試験> 9月15日（木）～18日（日）※1 <2次試験> 10月8日（土）～23日（日）※1	[初任給] 月額：179,200円(高卒) 月額：198,100円(大卒)	
自衛官候補生（任期制）		年間を通じて	別途各人に連絡		
航空学生	海：18歳以上23歳未満の方 空：18歳以上21歳未満の方	7月1日（金）～ 9月8日（木）	<1次試験> 9月19日（月） ☆2次試験は後日お知らせ		

※1 試験期日については後日指定されます。  
処遇については、令和4年1月現在のものです。

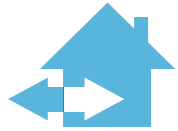
■試験日程は変更する場合がありますので、細部は以下までお問い合わせ下さい。

〒033-0037 三沢市松園町三丁目6-16 中野プラザビル2F（ユニバース松園店隣）

自衛隊青森地方協力本部 三沢募集案内所  
電話・FAX 0176-53-1346（平日：8:45～17:30）  
E-mail：aomori.pco.misawa@rct.gsdf.mod.go.jp







# 戸籍の窓

令和4年5月届出分

※原則町内に住所のある方で希望する方を掲載



氏名	町名	保護者	氏名	町名	保護者
甲地 伶治	五十嵐	武仁	浜田 淳平	旭町	典
蛭名 舞衣	新町	静雄	坂本 蓮	沼崎村	計
木村 優月	新町	圭佑	坂藤 樹生	栃木県	あかり
鳥谷部 零央	栄町	彰洋			



氏名	町名	氏名	町名
久保田 一俊	寒水	種市 康伸	新町
横川 鈴華	淋代	蛭名 葉澄	新町



氏名	年齢	町名	氏名	年齢	町名
沢居 トモ	90	御料	太田 つづ子	59	添ノ沢
江刺家 さみ	91	上清水	浜田 繁	74	南町
久保田 久子	78	坂下町	沼村 よしみ	97	沼崎村
蛭名 秀雄	91	長者久保	蛭名 トワ	79	南町
伊藤 正次	93	館花	和田 徳一	85	花向町
蛭沢 洋明	67	内蛭沢	市川 清	91	小川原
漆戸 泰子	86	表町	野村 チエ	89	大洞
久保田 久賢	69	寒水	野田 繁三郎	92	花向町
蛭澤 のぶ	100	内蛭沢	千葉 啓子	87	新山
古澤 タケ	97	表町	内山 百合子	74	戸館
成田 カヲル	93	乙供元町	千葉 精二	84	新山

## まちのうごき

(令和4年5月末現在)

区分	人口	前月比	前年同月比
男性	8,129人	-4	-102
女性	8,658人	-13	-131
合計	16,787人	-17	-233
世帯数	7,289戸	0	-15

その他(1月からの累計)	
出生	8人(33人)
死亡	31人(134人)
転入	31人(207人)
転出	25人(253人)

上十三・十和田湖広域定住自立圏観光ガイド

定住自立圏域内のイベントやモデルコースなどの情報を公開しています。ぜひご覧ください。

お問い合わせ  
上十三・十和田湖広域定住自立圏観光推進協議会事務局  
(十和田市商工観光課内)  
☎ 0176-51-6771

【町長から感染対策のお願い】  
二次元コードから町HPへ移動



# 町立図書館のおすすめ貸出図書



「まんまるだあれ」  
【作】いまもりみつひこ  
(アリス館)

まんまるな形を見たら、皆さんは何を思い浮かべますか？この絵本は、まんまるの形がいろいろな生き物に変身する様子が描かれています。変身していく途中で語られるヒントを頼りに想像したり、問いかけに答えたりしながら読み進めると楽しい一冊です。また、絵本の「絵」には様々な画法が用いられており、「まんまるだあれ」は切り絵で描かれています。ぜひ、絵もよく見てみてください。

(社会教育指導員 蛭名智子 (絵本専門士))

- 開館** 図書館…9時15分～18時  
公民館…9時15分～17時
- 休館** 火曜日・祝日・蔵書点検・年末年始
- 新着** ホームページで「新着図書」と検索
- 問い合わせ** 図書館 TEL 0176-56-2261

文芸ギャラリー

あけぼの旬会

目覚むれば郭公の声我が狭庭 千工

鏡見て年相応と夏の朝 まり子

ルピナスの天に向かって咲きにけり きく

十和田湖や客待ち顔の遊らん船 信女

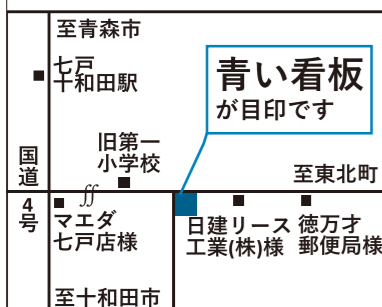
快晴の目覚めし夏や鳥の声 牧子

岐路に立ちふり向きもせず花野へと テル女

田んぼには戻れぬ捨田蘆の角 しおん

有料広告欄 広報とうほくに広告を掲載しませんか？ 企画課 TEL 0176-56-3111 (内線246) まで

## 相続手続き一式(登記、年金、預貯金、役場の手続き等)お任せください



仕事を休めない、手続きが大変...当事務所が手続き代行いたします

## 登記 相続 遺言 労務管理

東北町の総合法務事務所  
人事・法務コンサルティング高松事務所  
司法書士・社会保険労務士・行政書士 高松 佳樹

東北町大浦堀ノ内52 TEL 0176-56-3808 HP 高松事務所 東北町 検索

有料広告欄 広報とうほくに広告を掲載しませんか？ 企画課 TEL 0176-56-3111 (内線246) まで

住まいのトラブル!! 困った? 解決します!!

便利くんスタッフが  
ご自宅までご訪問いたします!!

見積無料

水まわり・台所  
ボイラー・ストーブの修理  
草刈りだってなんでも  
ボクにオマカセ!!

空き家・長期不在の困り事点検も  
お気軽にご相談ください

ふんちゃん 受付時間 午前8:30▶午後5:30

通話無料 0120-194-999  
上北店 0176-58-1800



7月  
First Birthday

1歳に  
なったよ!



なかの めい  
中野 愛郁 ちゃん  
〈内姥沢〉



おかべ だん  
岡部 暖 ちゃん  
〈新山〉



はちもり かあや  
八森 蘭綾 ちゃん  
〈栄町〉



むかい のどか  
向井 和香 ちゃん  
〈乙供栄町〉



なかむら りおな  
中村 俐央那 ちゃん  
〈乙供本町〉



えびな もか  
蛸名 萌花 ちゃん  
〈上野〉

▼申し込みの締め切りについて

9月生まれ

(9月1日発行の広報)→7月28日(木)まで

※申し込み方法については、東北町ホームページ内で「**広報 1歳**」と検索してください。

■お問い合わせ

企画課 広報統計係  
TEL 0176-56-3111(内線246)



三沢市

## 三沢市中心街県道三沢十和田線の交通規制が解除されます

これまで、県道三沢十和田線の一部区間は、6時から22時まで一方通行規制でしたが、令和4年7月23日(土)午前6時から終日対面通行となります。解除後も交通ルールを守り、安全運転にご協力くださいますようお願い申し上げます。



■お問い合わせ

三沢市役所生活安全課

TEL 0176-53-5111

三沢警察署交通課

TEL 0176-53-3145

野辺地町

## 日本遺産3港めぐりスタンプラリー

青森県内の日本遺産3港(野辺地町・鱒ヶ沢町・深浦町)へ訪れて、その土地や歴史を知ってもらうイベントを開催します。スタンプラリーも実施。期間内に3町すべてめぐった方には、最終立寄地のオリジナルミニ船絵馬をプレゼントします。

▶開催日時

7月26日(火)～11月30日(水)

9時から16時まで

▶開催場所

野辺地町中央公民館

鱒ヶ沢町中央公民館

深浦町歴史民俗資料館

■お問い合わせ 野辺地町教育委員会 TEL 0175-64-9494

